

100米接力绝境中绝杀!

## 刘杨告诉你0.04秒的倔强

湖北日报全媒记者 郭晓明

38.60秒,湖北队,冠军!赛场大屏打出了第十五届全运会男子4×100米接力决赛成绩。22岁的刘杨猛地举起双臂,任队友们扑上来围住自己,任欢呼声响彻夜空。

最后一棒的他,在落后对手两三个身位的绝境中,以不可思议的冲刺完成了0.04秒的绝杀。

“我们赢了,这种开心是没法用语言形容的。”赛后,他抚摸着胸前的金牌,眼神里满是年轻人的澄澈与坚定。

追梦:当初只想拿个证

这枚金牌,是刘杨跌跌撞撞追梦路上的最好回馈。

2003年出生于广东省梅州市的他,从小就被电视里苏炳添的比赛深深吸引:“就想着自己以后也能像他一样。”这份崇拜,成了他踏上田径路的最初动力。小学五年级,刘杨入选校田径队,从区运会、县运会再到市运会,他的奔跑天赋逐渐显露。

但在人才济济的广东队,刘杨的成绩并不突出。“广东短跑太卷了,我当时的水平根本进不了省队,就想着靠田径考个好大学。”第一次高考,他考上一所211师范大学,但选择复读;第二次冲击北京体育大学,又因伤病发挥失常与梦想失之交臂。刘杨陷入了迷茫:“那时候不知道该往哪走,感觉坚持了这么久的东西,好像没了方向。”

2023年6月,刘杨在深圳训练的俱乐部因经营困难,无力继续培养他。他也有心换个赛道:“当时就想着能拿个运动健将证书,以后考大学也方便。”

和刘杨在俱乐部共同训练过1个月的李孟源,在此前一年加入了湖北队。细心的刘杨主动找上门去了解情况:“他跟我说湖北的训练和生活条件都很好,很适合我,让我觉得自己肯定能适应。”

于是,刘杨踏上了这条之前未曾设想过的赛道。

转变:原来专业队这么好

“个子瘦瘦小小的,不太起眼,但训练



刘杨(右一)在十五运会男子4×100米接力决赛夺金后振臂高呼。(湖北日报全媒记者 时龚 摄)

时特别能吃苦,很快就适应了队里互相鼓励、互相竞争的氛围。”湖北省体育局田径运动管理中心主任张华至今仍记得刘杨初来乍到的模样。

进入专业系统的省队,科学系统的训练让刘杨耳目一新——队医全程跟进训练,体能教练随时根据身体情况调整训练计划,教练翟进明无时无刻不在研究更科学有效的训练方法,再加上频繁参加国内顶级赛事。初来乍到的刘杨大为震撼:“简直是两个世界!我在俱乐部时目标很明确,就是考学,训练强度和比赛频率都足够。”

初入专业队的不适应,在队友的帮助和浓厚的竞争氛围中逐渐消散。“大家都想着往上冲,训练时互相较劲,休息时互相鼓励,这种氛围特别好。”各方面因素共同发力,暗藏的潜力逐渐兑现,刘杨的成绩一路攀升。

2024年4月,他在全国田径大奖赛肇庆站跑出10秒30的个人最好成绩;9月的全锦赛斩获个人第三。“那一刻,我不再只想着考学,而是想站上全运会、国家队甚至国际赛场。”刘杨的眼界,在新的平台上不断拓宽。

“怕再次受伤,又想冲成绩,我就拉着体能教练加练,每次都多练20分钟,重点练受伤的薄弱部位和核心力量。”湖北队的科医保障体系,也为他提供了坚实支撑,让他在全运会赛场上全力以赴。

## 挫折:伤病拦路,苦练破关

运动员都躲不开伤病,刘杨也不例外,2024年12月到2025年初,他的比赛表现一落千丈。

“大腿后侧肌肉和臀部都拉伤了,跑起来都困难,稍微快一点就疼。那段时间参赛经常要吃止痛药才能上场。”伤病也重创了刘杨的自信心,“每次受伤后都会怀疑自己是不是不适合这条路,特别失落。”

这个阶段,翟进明及时为他调整了训练计划,延长放松时间,降低训练强度,陪着他进行了半年治疗;队友也不断给他打气,让他不要放弃。“是他们让我坚持了下来。”2025年9月,刘杨终于恢复正常训练,赶上了全运会的节奏,“站上全运赛道,我的状态彻底回来了。”

为了弥补被耽误的时间,备战冲刺阶段的刘杨格外拼。

“怕再次受伤,又想冲成绩,我就拉着体能教练加练,每次都多练20分钟,重点练受伤的薄弱部位和核心力量。”湖北队的科医保障体系,也为他提供了坚实支撑,让他在全运会赛场上全力以赴。

## 突破:心之所向,永无止境

练兵千日,用兵一时。当迎来决定性的那一棒时,形势极为紧张,江西队冲在第一,湖北和广东、江苏三队并驾齐驱。“说实话有点慌。”刘杨回忆说,“不过也顾不得了,就一个念头,拼尽全力就是了。”

就这么一冲,冲出一个0.04秒的微弱优势,冲出一块含金量超高的全运会金牌。

“对手实力都很强,赛前我们只敢想冲击领奖台,能拿金牌真的是最大的惊喜。”尽管已经回到家中,刘杨回忆起那一刻,依旧兴奋不已,“训练确实苦,但只要努力有了回报,那种开心是无与伦比的。这种突破的感觉,就是我的追求。”

对刘杨来说,全运会的金牌是新的起点。“我想跟上李泽洋的步伐,进国家队学习更先进的训练理念和方法,去名古屋(亚运会)和更高水平的对手较量。”他看重的,是自己的每一步突破,“把下一个小小目标实现,再去想下一个,这样就很好。”

从考学追梦人到全运冠军,用奔跑诠释坚持的意义,属于刘杨的“中国速度”篇章,才刚刚开始。

## 巴东迎800余只川金丝猴“下山”过冬

湖北日报讯 (记者蔡俊、通讯员焦国斌)11月27日,湖北巴东金丝猴国家级自然保护区的志愿者在野外监测中,远距离拍摄到100余只国家一级保护动物川金丝猴集群活动的珍贵场景。镜头中,川金丝猴在林间枝头轻盈跳跃、穿梭嬉戏,一身金黄色的毛发在冬日疏影间闪烁跃动,姿态灵动,生机盎然。

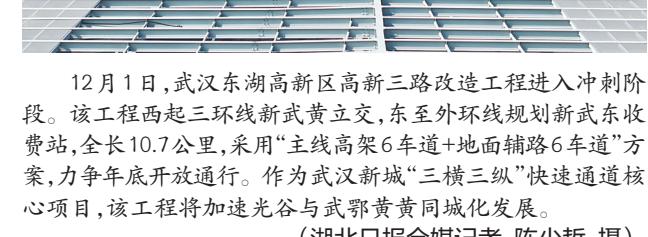
“一次性观测到如此大规模的川金丝猴群体,非常难得。”志愿者吴以红表示,川金丝猴天性机敏,常年栖息于高海拔林区,监测难度大,往往需要连续多日蹲守。此次猴群向较低海拔区域移动,活动范围相对集中,不仅便于追踪观测和影像记录,也有助于科研人员更直观地了解其生存状况。所获取的高清影像资料,将为后续开展种群数量统计、行为习性研究等提供重要依据。

据了解,巴东金丝猴国家级自然保护区位于我国西部高山向东部低山的过渡带,海拔跨度从240米至3005米,地貌层次丰富,为川金丝猴提供了适宜的栖息环境。

每年入冬后,随着高海拔地区冰雪覆盖、食物来源减少,金丝猴便会逐渐向海拔1500米以

下的低山地带迁移觅食。

近年来,该保护区持续加大生态保护力度,通过科学划定核心保护区域、系统实施生态修复、强化日常巡护与监测等措施,不断改善野生动物栖息环境。截至目前,保护区内川金丝猴的栖息地面积从105平方公里扩大至205平方公里,种群数量也从2019年的600余只增长到800余只。



12月1日,武汉东湖高新区高架改造工程进入冲刺阶段。该工程西起三环线新武黄立交,东至外环线规划新武东收费站,全长10.7公里,采用“主线高架6车道+地面辅路6车道”方案,力争年底开放通行。作为武汉新城“三横三纵”快速通道核心项目,该工程将加速光谷与鄂黄同城化发展。

(湖北日报全媒记者 陈少哲 摄)

## 文艺点亮生活 温情跨越山海

## 湖北文旅志愿帮扶书写新时代文明实践答卷



武汉市少年儿童图书馆通过“云朵图书馆计划”,将文化的种子播撒在雪域高原。

交流,开展“一对一”精准指导,致力破解文旅志愿服务“短期化”“碎片化”难题,探索一条“从活动到品牌、从输血到造血、从试点到示范”的新时代文明实践路径。

## 需求导向

## 激活基层文化“一池春水”

在湖北省文旅志愿帮扶实践中,一大批紧扣群众文化需求的示范项目脱颖而出,通过更多社会力量积极参与共创共享,真正激活了基层文化的一池春水。

在襄阳保康,“幸福保康·文化艺站”通过“15分钟文化服务圈”,以文艺宣讲、公益培训、文艺演出、团队扶植等形式,让群众从“观众”变为“主角”。

在黄冈浠水,以退休教授毕光明返乡创办的“兰溪书院”为始,一批批“文化返乡者”归

来,将祖宅改造成阅览室,工作室变成村民活动中心。11座“乡村书院”各有主题,各具特色,开设国学讲堂、书画培训,并在农闲时节举办电商创业、农业技术讲座,成为村民的文化“充电站”。

## 温情守护

## 焕发公益力量新光彩

文旅志愿者们以艺术为星火,温暖留守儿童的童年,点亮荆楚大地的角落。

天门市文旅志愿者连续5年担任留守儿童的艺术老师和“周末妈妈”,通过绘画、音乐、舞蹈、朗诵等艺术指导,大手拉起小手,用温暖赶走孤单,以近300场活动、500小时的温情陪伴,为5000余名孩子叩开心门。

湖北艺术职业学院师生则化身“城市文化使者”,自2021年以来活跃在各大会议、赛事

和文博场馆,奔走在机场、车站与街巷,用满腔热忱与专业水准,展现新时代青年担当。2024年武汉樱花季,志愿者团队带领中外游客穿越武昌古城街巷,这抹文旅“志愿红”成为风景之中的又一道风景。

对此,文旅部全国公共文化巡讲专家刘新宝感慨:“我深切感受到了湖北年轻志愿者的精神气,也希望在以后的日子当中,同学们能把这份文旅志愿服务的精神发扬光大,让这份精彩更好地去浸润与感染1300万武汉广大人民群众。”

## 文艺润藏援疆

## 促进中华民族大团结

从省内到省外,从江汉平原到雪域高原,以文化艺术为纽带,湖北文旅志愿帮扶通过交流共建等形式,绘就了一幅“中华民族一家亲”的温暖画卷。

自2017年起,武汉市群艺馆组织的“艺心聚力·枝叶相持”项目,持续组织摄影、美术、书法志愿者,深入新疆、西藏及荆楚大地开展采风活动,与当地艺术家携手共创,用艺术对话打破了地域隔阂,厚植民族情谊。

在海拔3533米的西藏乃东,武汉市少年儿童图书馆援建的乃东分馆图书馆,将文化的种子播撒在雪域高原,也通过“云朵图书馆计划”吸引全国志愿者广泛关注与参与。

“武汉少儿图书馆在西藏乃东地区建立了全国第一个,也是海拔最高的少儿图书馆,对于汉族、藏族青少年儿童将起到一个桥梁与纽带作用。”湖北省文化和旅游公共服务专家肖正礼表示,在云朵图书馆实体展设基础上,智慧阅读和互联网阅读将汇聚更多力量,让知识的种子在雅鲁藏布江河谷生根发芽。

## 襄阳为知识价值发放信用贷款

湖北日报讯 (记者周升蓄、通讯员周海波、杨宸铭)“授信速度超乎预期,有了这笔钱,智能光学产业园就能从纸上变成现实!”近日,990万元贷款一星期就到账了,汇海光学技术有限公司负责人武勇难掩兴奋。

汇海光学技术有限公司是枣阳重点招商引资企业,专注于光学玻璃镜头的研发、制造与销售。为抢占市场制高点,公司计划升级改造现有生产线,并筹建现代化智能光学产业园,却面临近千万的资金缺口。

“汇海光学作为典型的科技型中小企业,有着深厚的技术积累与持续的研发能力。”国家金融监督管理总局枣阳监管局局长王定坤介绍,得知企业融资需求后,该局积极推动枣阳农商行与企业精准对接科技型企业知识价值信用贷款。

所谓科技型企业知识价值信用贷款,就是将企业的创新品牌、研发投入、知识产权等知识价值转化为融资抵押物。借助湖北科创企业“智慧大脑”服务平台,银行从创新人才、研发投入等7个维度评价,按A、B、C、D、E共5个知识价值评价结果等级为企业授信。依据评价结果,科技型企业单笔可获得最高1000万元贷款。

枣阳农商行开辟绿色审批通道,改变传统的“调查—审查—审批”串联流程,采取同步推进的并联模式,仅用一周就成功为汇海光学技术有限公司发放990万元知识价值信用贷款。

据了解,除政策性银行、外资银行外,在襄银行机构已全部开展科技型企业知识价值信用贷款业务。截至目前,襄阳共为1517家企业发放知识价值信用贷款93亿元。

## 远安高龄津贴实现“免申即享”

湖北日报讯 (记者周寿江、通讯员宗君政、王倩)“本来准备等儿子过年回来帮我申请的,没想到不用自己跑腿,这笔钱就自动打到我的‘一本通’上了。”近日,远安县鸣凤社区80岁的张烈秀老人高兴地说。记者了解到,截至目前,该县已有包括张烈秀在内的534名老年人,享受到民政部门推出的高龄津贴“免申即享”服务。

高龄津贴是面向80岁以上老年人发放的福利性津贴。以往,部分老人因行动不便、听力欠佳或不了解政策等原因,在申报过程中出现申报不及时、信息不准确等问题,导致津贴错发、漏发。

2024年底,远安县纪委监委将高龄津贴申领难题列入重点民生实事清单,督促相关部门予以解决。今年4月,远安县民政局制定并实施了高龄津贴“免申即享”方案,将申报流程由传统的“个人申请”改为“主动纳入”,实现“免申报、零跑腿、快兑现”。同时,当地公安、人社、卫健等部门与民政部门建立信息共享机制,对发放对象进行动态复核,确保高龄津贴精准发放、应享尽享。“实行数据共享以来,全县已累计发放高龄津贴195万元,未出现错发、漏发问题。”该县相关负责人表示。

## 武汉高架改造冲刺通车节点



12月1日,武汉东湖高新区高架改造工程进入冲刺阶段。该工程西起三环线新武黄立交,东至外环线规划新武东收费站,全长10.7公里,采用“主线高架6车道+地面辅路6车道”方案,力争年底开放通行。作为武汉新城“三横三纵”快速通道核心项目,该工程将加速光谷与鄂黄同城化发展。

(湖北日报全媒记者 陈少哲 摄)



襄阳市保康县举办“传承民俗,喜迎元宵”传统民俗展演。(杨韬 摄)